Диетическая шарлотка

На 100 грамм:
Калорийность: **130.59 ккал.**
Белки: **9.9 г.**
Жиры: **4.06 г.**
Углеводы: **12.77 г.**

Страница рецепта: https://www.yournutrition.ru/recipes/dieticheskaya-sharlotka/

Ингредиенты:
- 1 пачка смеси для выпечки печенья с отрубями
- 3-4 шт яблока
- 1 гр корицы
- подсластитель по вкусу
- 2 ст.л мед
- 5 гр растительное масло

Приготовление:
Подготовим яблоки: извлекаем сердцевину, нарезаем кубиками, выкладываем в миску, добавляем 1 столовую ложку меда и корицу по вкусу, перемешиваем и даем настояться. Готовим тесто: берем смесь для выпечки печенья, разводим ее теплой водой 350мл, добавляем подсластитель или мед по вкусу, растительное масло, взбиваем до однородной массы 10-15 минут. Затем добавлением в тесто заранее подготовленные яблоки, тщательно все перемешиваем, выливаем полученную смесь на противень или в формочку и выпекаем при 180-200 градусах до готовности.